



12月 学校給食予定献立表

2023年11月30日

横手清陵学院中学校

12月目標「冬の食事について考えよう」

月	火	水	木	金
※物資の都合及び感染症などの流行により献立を変更することがあります。	～今月の地場産食材～ 精白米、豚肉、卵、大豆、じゃがいも、しめじ、しいたけ、なめこ、にんにく、枝豆			1 しょうゆラーメン (麺、汁、ラーメンの具) 牛乳 小籠包
4	5	6	7	8
わかめごはん 牛乳 はるまき もやしのナムル キムチ汁	ごはん 牛乳 清陵ハンバーグ 花野菜サラダ じゃがいものみそ汁	ごはん 牛乳 さばの塩焼き ごぼうサラダ 水炊き鍋風スープ	ごはん チキンカレー 牛乳 青じそサラダ	背割りコッペパン 牛乳 ウインナー ケチャップソース キャベツの ペペロンチーノサラダ ほうれん草のスープ
11	12	13	14	15
甘辛ごぼうの混ぜごはん 牛乳 肉団子 磯香和え たまねぎのみそ汁	ごはん 牛乳 タしかつ ひじきサラダ いちよっぱ汁	ごはん 牛乳 ぶりの照り焼き じゃがいもそぼろ煮 豆腐のみそ汁	ブルコギ丼 ジョア プレーン 大根サラダ わかめスープ	カレーうどん 牛乳 ブロッコリーの 和風マヨサラダ ラ・フランスゼリー
18	19	20	21	23
ごはん 牛乳 いわしの梅煮 青菜のおひたし かぼちゃすいとん 	★食育の日★ ごはん 牛乳 味付けのり ハタハタフライ パックソース 切り干し大根の炒め煮 なめこのみそ汁	チキンライス 牛乳 もみの木サラダ かぶのポトフ チョコレートムース 	冬季休業日	冬季休業日

今月の「食育の日」

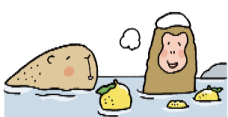
12月19日(火)

県の魚 「ハタハタ」

「ハタハタがないと正月を迎えられない」というほど、秋田県民の生活に深く関わってきた魚です。しょつつるや、ハタハタ寿司、麴漬けなど、様々な食べ方で親しまれてきました。

給食では、「ハタハタフライ」として登場します！

冬至とは？



冬至とは、1年の中でもっとも昼が短く、夜が長い日です。冬至にかぼちゃを食べたりゆず湯に入ったりする風習があります。冬至にかぼちゃを食べると脳の血管の病気やかぜを予防するといわれています。

今月の給食 Pick UP!

★12月12日(火)新潟の郷土料理

・たれカツ … 豚カツに醤油ベースの甘辛いタレをかけた料理です。新潟市民のソウルフードとして親しまれています。



・いちよっぱ汁… いちよう切りにした具材が入っていることが、名前の由来になっているそうです。



★12月18日(月)冬至献立

今年の冬至は12月22日ですが、給食では一足先に提供します！



★12月20日(水)クリスマス献立

